

SVS

Escala de Vitalidade Subjetiva

Autor(es): R. M. Ryan, e C. M. Frederick

Adaptação: M. S. Lemos¹, T. Gonçalves e C. Coelho

Tipo de instrumento: Questionário

Versão: n. a.

População-alvo: Estudantes

Tempo de Aplicação: 5 min.

Material: Folha de Respostas

Classificação: B (cf. Anexo 1)

A Escala de Vitalidade Subjetiva (EVS) é uma adaptação portuguesa (Lemos & Gonçalves, 2010) da Subjective Vitality Scale (SVS). É uma escala de autorrelato, de avaliação do bem-estar subjetivo, desenvolvida no âmbito da Teoria da Autodeterminação por Ryan e Frederick (1997).

A vitalidade é frequentemente vista como uma combinação de energia (no sentido do nível de vigor, de energia física) e de aspetos mais psicológicos como sentir-se alerta e envolvido (Kasser & Ryan, 1999).

A escala avalia os sentimentos gerais de energia, de vigor e de vitalidade.

A escala tem duas versões, uma versão de Diferenças Individuais, utilizada no presente estudo, na qual os indivíduos indicam em que medida cada item é, em geral, verdadeiro e uma versão de Vitalidade-Estado, na qual os indivíduos indicam em que medida cada item é, no momento presente, verdadeiro.

A escala de vitalidade subjetiva, de diferenças individuais, é composta por 6 itens, a que os participantes devem responder, numa escala de 7 pontos, indicando em que medida as afirmações descritas são verdadeiras para si, relativamente à sua vida, nos últimos dois meses. Esta medida reflete as diferenças individuais dos sujeitos no que concerne à vitalidade experienciada. O resultado total da escala varia, assim, entre 6 e 42, sendo que quanto maior o valor obtido, maior o nível de vitalidade sentido.

A análise da estrutura dos componentes dos itens da escala original revelou um único fator com valor próprio de 4.91, todos os itens saturando acima de .50 e explicando 70% da variância e com uma elevada consistência interna ($\alpha = .92$).

A versão Portuguesa da escala (Lemos & Gonçalves, 2010) foi testada numa amostra de 228 estudantes universitários.

A análise fatorial exploratória indicou um único fator com valor próprio de 3.59, todos os itens saturando acima de .60 e explicando 60% da variância e com uma boa consistência interna ($\alpha = .86$), confirmando os resultados da escala original e a adequação da versão portuguesa para avaliar a vitalidade subjetiva (Lemos, Gonçalves, & Coelho, 2011).

A utilização da Escala em diversas investigações está bem documentada (Bostic, Rubio, & Hood, 2000; Ryan, & Frederick, 1997).

A escala tem sido utilizada no âmbito de projetos de investigação sobre motivação em educação, da equipa de Marina S. Lemos (FPCEUP) sendo utilizada como uma “medida” relevante do bem-estar físico e emocional.

Referências

- Bostic, T., Rubio, D. M. (2000). A validation of the subjective vitality scale using structural equation modeling. *Social Indicators Research*, 52 (3), 313–325.
- Kasser, V. G., & Ryan, R. M. (1999). The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing home. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 935–954.
- Lemos, M. S., & Gonçalves, T. (2010). *Escala de Vitalidade Subjetiva. Versão para investigação*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto.
- Lemos, M. S., Gonçalves, T. & Coelho, C. (2011, julho). *Avaliação do bem-estar dos estudantes: Adaptação de uma escala vitalidade*. Comunicação apresentada na XV Conferência Internacional Avaliação Psicológica: Formas e Contextos. Lisboa, Portugal.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M. (1997). On energy, personality and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529–565.